

清瀬市・立科町住民交流事業

いちご狩りと立科町耕福館で
ほうとう作りを体験しよう!

立科町交流促進センター耕福館(長野県北佐久郡立科町茂田井)でのほうとう作りや、いちご狩りを体験します。1日目は、映画『君の名は。』の新海誠監督の故郷へのドライブなどを楽しみ、2日目は軽井沢プリンスショッピングプラザを訪れます。

日時 3月11日(土)午前6時50分出発~12日(日)午後5時解散(予定)
場所 集合・解散=清瀬駅北口西友前、宿泊=清瀬市立科山荘(長野県北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野)

定員 25人(最小催行人数16人)
費用 おとな2万4千円・小学生1万9千500円・幼児1万7千500円(1泊3食付き、バス代・保険料・各施設入場料込み)

※市在住または在勤かつ、ほうとう作りを体験される方は、おとな・小学生=2千円、幼児=千590円の補助金があります。

申込み・問合せ 電話で清瀬市立科山荘 ☎0267・51・2300へ(市内の方は ☎0120・54・8977も可)



立科山荘

ぜひお越しください!

第1回 女性 が
輝く 未来 対 談

2007年~2016年の間、サッカー日本女子代表監督を務め、現在は十文字学園女子大学副学長の佐々木則夫さんと渋谷市長、女性アスリートによる講演会及びパネルディスカッションを行います。詳しくは3月1日号に掲載します。

対象 市内在住・在勤の方
日時 3月19日(日)午後7時~(開場は午後6時30分)
場所 清瀬けやきホール
※直接会場へ。駐車場はありませんので、公共の交通機関をご利用のうえご来場ください。
問合せ 生涯学習スポーツ課 ☎495・7001

住宅工事業業者
(職人さん)を紹介

「家屋を修繕したいが、どこに頼んだらいいのか」「浴槽が傷んでいるが、どこに相談すればいいのか」など、住宅の修理・改築を考えている方はいませんか。

「清瀬市住宅工事あっせん事業協力会」では、市(産業振興課)で受け付けをされた方に、依頼内容に応じて協力会の職人さんを紹介しています。協力会には大工・土木・屋根・瓦・水道・電気・畳・左官・建具や地震によるタンスなどの転倒防止など、さまざまな工事に携わる職人さんがいます。見積もりのみでも相談に応じますので、ご利用ください。

問合せ 産業振興課産業振興係 ☎497・2052

催し物

初心者陶芸教室

生活に潤いをもたせ、自分の作った器でお茶しませんか。個性溢れる器作りができます。
対象 市内在住・在勤の方。
火曜日コース・土曜日コースとも定員9人(応募者多数の場合抽選)
日時 4月~平成30年3月、月2回・各コースとも午前9時30分~午後4時。
場所 コミュニティプラザひまわり
費用 月2千円(3か月ごとに集金)
※受講者(抽選があった場合は当選者)に「初心者陶芸教室概要書」「年間日程表(陶芸カレンダー)」「清瀬焼陶芸会について」を送付します。
申込み・問合せ 3月10日(消印有効)までに往復はがきに希望コース・氏名(ふりがな)・住所・電話番号を記入し、郵送で〒204-0021元町1-2-11 生涯学習スポーツ課 ☎495・7001へ

場所 保谷こもれびホール(西東京市中町一丁目)
※当日は入場整理券が必要です。整理券は、1月22日(日)午前9時から同ホール他で配布。平日は市企画課でも配布します。詳しくはチラシまたは同ホールホームページ <http://www.komorebi-hall.jp/>をご覧ください。
問合せ 保谷こもれびホール ☎042・421・1919(2月13日は休館のため、西東京市生活文化スポーツ部文化振興課 ☎042・438・4040)

出前講座「介護保険と高齢者福祉サービス

介護保険制度の目的としくみ、保険料と利用料、介護サービスの上手な利用の仕方、各種福祉サービスについて説明を行います。
日時 2月22日(水)午後1時30分~3時
場所 市民活動センター
申込み・問合せ 電話で市民活動センター ☎491・9027へ

市民公開講座「息切れと仲良く暮らそう」

COPD、気管支喘息、間質性肺炎など「息切れ」が生じる病気は少なくありません。この「息切れを軽減する」方法の一つに「呼吸リハビリテーション」があります。
①COPD(慢性閉塞性肺疾患)という名の生活習慣病
②息切れと仲良く暮らそう
日時 3月4日(土)午後2時
場所 アミューホール
講師 ①複十字病院呼吸ケアリハビリセンター長 吉田直之 ②同病院呼吸ケアリハビリセンター1付部長 千住秀明
※直接会場へ。

普通救命講習

心肺蘇生法やAEDの使い方や身に付ける普通救命講習を実施します。各日先着15人。
日時 2月19日(日)、3月19日(日)いずれも午前9時~正午
場所 清瀬消防署(中清戸二丁目)
費用 千400円(講習テキスト・人工呼吸マスク代)
申込み・問合せ 直接窓口または電話で清瀬消防署 ☎491・0119へ

無料法律相談会

金銭トラブル、相続・遺言・離婚・親子の問題などでお悩みの方に、弁護士が直接お答えします。先着12人(要予約)。
日時 3月4日(土)午後1時~(受付開始は午後0時30分)
会場 生涯学習センター
※予約のキャンセルは3月1日(水)午後5時まで受け付け。
申込み・問合せ 2月16日から3月1日の平日午前8時30分~午後5時までに電話で秘書広報課広報係 ☎497・1808へ

清瀬の自然を守る活動

①雑木林管理作業
日時 2月18日(土)午前9時~午後2時30分(集合は午前8時45分)雨天時は翌日に延期
場所 中里緑地保全地域A地区・集合はせせらぎ公園管理棟
②金山調節池管理作業(春) 金山調節池ワークショップ
共催
日時 2月25日(土)午前9時~午後2時30分(集合は午前8時45分)雨天時は翌日に延期
場所 清瀬駅北口第2・第3駐輪場、秋津駅南口・北口駐輪場

募集

市営住宅入居者
入居資格 ①申込者本人が市内に引き続き6か月以上居住し、住民登録している世帯②所得が決められた基準内③現在住宅にお困りの方(住宅・土地所有者は不可)④市・都民税、国民健康保険税などを滞納していない⑤保証人となる方がいる⑥入居者が暴力団員でない
募集戸数 3DK1戸(3人以上世帯を対象)
申込用紙の配布 2月15日(水)~23日(水)
郵送申込みの締切日 2月24日(金)(消印有効)
募集案内の配布場所・時間 まちづくり課、松山・野塩出張所 平日午前8時30分~午後5時(土・日曜日と平日午後5時~8時は市役所夜間受付で配布)。各地域市民センター・子ども家庭支援センター・生涯学習センター 各センター開館日の開館時間内
※入居は5月下旬予定。
問合せ まちづくり課まちづくり係 ☎497・2093

福祉

認知症サポーター養成講座
認知症を正しく理解し、偏見を持たずに認知症の方やご家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成しています。市内でもすでに5千400人を超える方が受講し、サポーターになっていきます。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指します。先着60人。
日時 3月4日(土)午前10時~11時30分
場所 生涯学習センター
申込み・問合せ 直接窓口または電話できよせ信愛地域包括支援センター ☎492・1850へ

シンポジウム「気づく・支える 認知症」

認知症になったらどうしよう...。だれに相談したらいい? どんな支えがある? 認知症に早く気づく事って大切? 私たちと一緒に認知症について考えるきっかけにしてみませんか。先着200人。
日時 3月9日(木)午後2時~4時(受付開始は午後1時30分)
場所 清瀬けやきホール
※直接会場へ。
問合せ 北多摩北部保健医療圏薫風会山田病院認知症疾患医療センター ☎461・0622

スポーツ

スポーツ教室
①火曜ボクシングエアロ教室
②ピラティス教室
③火曜ヨガ教室
対象 18歳以上の方(市外の方も可) ①定員20人 ②定員若干名 ③定員30人(いずれも応募者多数の場合は抽選)
日時 ①4月11日~10月10日の火曜日午前10時~11時(8月を除く) ②4月12日~9月27日の水曜日、Aコース 午前9時45分~10時45分・Bコース 午前11時~正午(祝日・8月16日(水)を除く) ③4月4日~9月26日の火曜日午前10時~11時
場所 いずれも下宿地域市民センター
費用 ①16回コース 8千円・9回コース 5千円・5回コース 3千円、②23回③24回コース 1万2千円・16回コース 9千円・10回コース 6千円
申込み・問合せ 3月4日(消印有効)までに往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・返信宛名を記入し、〒204-0001下宿2-524-1 下宿地域市民センター内 教室係 ☎493・4033へ